

Terapie reflexní
lokomoce
= Vojtova metoda

Prof. MUDr. Václav Vojta

- 1917 - 2000
- 1937 – 1957 Studium medicíny – atestace neurologie, dětská neurologie
- 1961 – 1968 VŠ lektor pro dětskou neurologii na UK v Praze
- 1968 emigrace do Německa – vědecký pracovník Ortopedické univerzitní kliniky v Kolíně nad Rýnem – vybudování terapeutického týmu
- 1974 monografie Mozkové hybné poruchy v kojeneckém věku – včasná diagnostika a včasná terapie

- 1954 – 1972 zkoumal různé vrozené vady CNS a také uložené pohybové komplexy, reflexní lokomoci, motorickou ontogenezi, neurokineziologické vyšetřovací metody, polohové reakce a reflexologii
- 1975 přešel se svým týmem do Dětského centra v Mnichově – zástupce ředitele, vytvořil lékařský a terapeutický tým pro rozsáhlou činnost kurzů pro lékaře a fyzioterapeuty na evropské i mimoevropské úrovni
- 1984 – Založil v Římě „Společnost Václava Vojty, registrované sdružení“ pro podporu a aplikaci diagnostické a terapeutické metody a pro rozvoj, vzdělání a další vzdělávání lékařů a fyzioterapeutů na národní i mezinárodní úrovni
- 1995 – založil „Mezinárodní Vojtovu společnost, registrované sdružení“ – národní a mezinárodní rozmach vzdělávání lektorů-terapeutů Vojtovy metody a lékařů docentů
- 1995 – oficiálně ukončil činnou službu v Dětském centru
- 2000 in memoriam - státní vyznamenání ČR - Medaile Za zásluhy od Václava Havla

Počátek Vojtova principu

- Během práce na konceptu léčby dětí s cerebrální parézou objevil reflexní lokomoci
- U těchto dětí se mu dařilo přesně opakovanými podněty v různých tělesných polohách spolehlivě vyvolávat nevědomé motorické reakce trupu a končetin
- Účinky byly ohromující - děti s cerebrální parézou (MO) po ní byly nejprve schopny zřetelněji mluvit a v průběhu krátké doby se i jistěji vertikalizovat a chodit
- Jeho představa, že tyto aktivovatelné pohybové modely jsou vrozené každému člověku a měly by se proto vyskytovat od narození, se potvrdila, jakmile byl schopen tyto modely pravidelně vyvolávat a prokazovat u zdravých novorozenců.
- Na základě toho vytvořil kompletní princip - terapii podle Vojty a diagnostiku

Vojtova terapie

- Základ - reflexní lokomoce = určitými podněty lze vyvolat motorické aktivity, jejichž důsledkem je pohyb vpřed
- Obsahy reflexní lokomoce jsou k dispozici jako globální motorické modely, jsou vrozené a existují nezávisle na věku (naprogramovány v CNS čekají na aktivaci)
- Reflexní lokomoce je aktivační systém (polohy, které vyvolají podněty)
- Podněty vyvolávají u lidí v jakémkoli věku automaticky a bez vlastního přičinění dva pohybové komplexy: reflexní plazení a reflexní otáčení

Reflexní plazení a otáčení

- Reflexní plazení vede k určitému druhu plazivého pohybu
- Reflexní otáčení začíná z polohy na zádech a přes polohu na boku přechází do tzv. pohybu na všech čtyřech
- Vojta se domníval, že u pacienta dojde na základě opakované aktivace reflexních pohybů k „uvolnění,“ nebo „novému propojení“ funkčně blokových nervových spojů mezi mozkiem a míchou
- <https://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/1097181328-udalosti/217411000101230/obsah/590940-vojtova-metoda-pomaha-detem>
- <https://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/10315080042-tep-24/211411058130014/obsah/170591-vojtova-metoda-nejen-pro-deti-ale-take-pro-dospele>

Cíl Vojtovy reflexní lokomoce

- Zpřístupnění a možnost použití elementárních prvků lidského vzpřimování a pohybu vpřed:
 - 1. Rovnováha těla při pohybech („posturální řízení“)
 - 2. Vzpřimování těla proti gravitaci
 - 3. Cílené uchopovací a krokové pohyby končetin („fázická hybnost“)
- Na základě reflexní lokomoce lze aktivovat a ovlivnit vedle „velkých“ motorických procesů také určité reakce
 - motorika očí
 - pohyby jazyka, pohyby čelistí (orofaciální motorika)
- a vegetativní funkce
 - regulace funkce močového měchýře a střev
 - dýchání
 - sání a polykání

Vojtova terapie z hlediska věku

V dětském věku

- Indikace probíhá na základě lékařské diagnózy a cíle terapie, který byl odpovídajícím způsobem definován
- Nejlepších výsledků se dosahuje, pokud se ještě u pacienta nevyvinuly a nezafixovaly žádné motorické náhradní modely
- Doprovázena pláčem - tímto způsobem reagují na nezvyklou aktivaci (X rodiče)

V dospělosti

- U pacientů s již zafixovanou „náhradní motorikou“ je cílem terapie aktivace a zachování fyziologických pohybových modelů a dále přepracování nezafixovaných abnormálních pohybových modelů a jejich integrace do normálních motorických procesů až k úplné normalizaci volní motoriky.
- Nejvyšším cílem je obnovení kompetencí pacienta potřebných pro každodenní život. To znamená, že terapie má umožnit pacientovi, aby se mohl co nejlépe opět zapojit do všech aktivit, rodiny, školy, povolání, volného času apod.

Využití Vojtovy metody

Kdy ano

- u centrálních koordinačních poruch kojeneckého věku
- u hybných poruch na základě onemocnění mozku (cerebrální parézy)
- pohybové poruchy vzniklé následkem poškození centrálního nervového systému (cerebrální parézy, roztroušená skleróza aj.)
- u periferních paréz horních i dolních končetin
- ortopedicky / traumatologicky relevantní poškození ramen a horních končetin, kyčlí a dolních končetin
- doprovodná terapie vadného vývoje kyčlí (dysplazie/luxace kyčelního kloubu)
- u různých svalových onemocnění
- u chorob páteře a funkčních omezení páteře (např. skoliózy, bolesti)
- při problémech s dýcháním, žvýkáním či polykáním

Kdy ne

- akutních horečnatá onemocnění, zánětlivá onemocnění
- specifických onemocněních, jako je např. osteoporóza
- při určitých srdečních a svalových onemocněních
- v těhotenství
- při vysokých dávkách kortikoidů
- onkologicky nemocní
- očkování živými vakcínami podle určení lékaře (zpravidla 10 dnů po očkování)
- epilepsie

Dopady Vojtovy metody

- změny koordinace pohybů při úchopu, vzpřimování, chůzi, řeči
- cítí se „lehčeji“
- dle výzkumů z psychologického hlediska nemá žádné negativní účinky na psychiku
- posílení vztahu rodič – dítě (blízká osoba)

Jak probíhá Vojtova terapie

- Po doporučení ošetřujícím lékařem vytvoří fyzioterapeut individuální program a společně s pacientem /rodiči určí cíle terapie.
- Program terapie se pak v pravidelných intervalech přizpůsobuje vývoji pacienta.
- Instruktaž rodičů, resp. blízké osoby, k provádění Vojtovy terapie probíhá zpravidla ihned, aby bylo možné zahájit domácí terapii pacienta a aby se tak zajistila její potřebná intenzita.
- Aby byla Vojtova terapie účinná, měla by se u kojenců a malých dětí provádět zpravidla několikrát denně. Jedna terapeutická jednotka trvá pět až dvacet minut.
- Zlepšuje předpoklady pro terapeutické postupy v oblasti speciální pedagogiky, logopedie, ergoterapie aj., a proto zaujímá důležité místo v interdisciplinárním terapeutickém týmu.

Mezinárodní Vojtova společnost (IVG)

- Je odborná společnost, která celosvětově sdružuje vyučující Vojtovy metody, fyzioterapeuty i lékaře, kteří šíří Vojtův princip – výukoví fyzioterapeuti a lékaři
- IVG má kolem 70 členů
- Uznávanými terapeuty pro terapii kojenců a dětí jsou ti, kteří úspěšně dokončili osmitýdenní odborný vzdělávací kurz, terapeuti pro dospělé šestitýdenní kurz, zaměřený na Vojtovu terapii podle standardů a směrnic Mezinárodní Vojtovy společnosti.
- Předpokladem pro vstup do tohoto kurzu je ukončené fyzioterapeutické nebo lékařské vzdělání a nejméně dvouletá praxe, pokud možno s kojenci, dětmi, resp. dospělými s neurologickými diagnózami.

Raná diagnostika dle Vojty

- Již novorozenec má k dispozici jasně definovanou a díky tomu předvídatelnou zásobu pohybových vzorů
- Dostupnost těchto vrozených pohybových vzorů se objevuje u zdravého dítěte zpravidla během prvního roku života, jak se dítě pokouší dosáhnout dalších a dalších stanovených cílů
- Pohybové dimenze, kterých je v určitém okamžiku vývoje dosaženo, jsou dány úrovní vzpřímení. Vyjádřením úrovně vzpřímení je např. symetrická opora o lokty, opora o jeden loket, sezení, stoj s oporou, volná chůze, poskoky po jedné noze atd.
- V neurokineziologické diagnostice podle Vojty jsou hodnoceny schopnosti držení polohy a pohybové schopnosti komplexně (jako tzv. „globální vzor“) a v souvislosti s dosaženou úrovní vzpřímení
- Nejprve je posuzována spontánní hybnost dítěte v poloze na zádech a na břiše, úroveň vzpřímení, novorozenecké reflexy
- Vyhodnocením výsledků vyšetření s ohledem na jejich prognostický dosah, z kterého také vychází indikace k fyzioterapeutické péči dle Vojty, rozlišujeme mezi široce variabilní centrální koordinační poruchou, ohrožením vývoje centrální parézou a manifestní centrální parézou.
- Pomocí tohoto vyšetření je možné u kojence v krátkém čase jasně a reprodukovatelně posoudit jeho vývoj a získat tak informaci o dosaženém vývojovém věku a o stupni ohrožení vývoje.
- Přesné stanovení toho, který dílčí vzor není přístupný, nebo je přístupný jen omezeně v držení těla a v pohybu (dle Vojty: blokovaný dílčí vzor), je pro terapeutický přístup rozhodující.

Zdroje

- Vojta, V., & Peters, A. (2010). *Vojtův princip: svalové soubry v reflexní lokomoci a motorické ontogenezi*. Praha: Grada.
- <https://www.vojta.com/cs/>
- <http://www.rl-corpus.cz/o-nas/co-umime/>
- <https://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/1097181328-udalosti/217411000101230/obsah/590940-vojtova-metoda-pomaha-detem>
- <https://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/10315080042-tep-24/211411058130014/obsah/170591-vojtova-metoda-nejen-pro-deti-ale-take-pro-dospele>